



BERNER ABENDLÄUFE

unkompliziert OL Wettkampfatmosphäre genießen

Ausschreibung 5. Berner Abendlauf – OLG Bern

Datum	Mittwoch, 19. August 2026
Karte	Hüenliwald, Massstab 1:10'000, Stand 2026
Laufleitung/ Info	Karin Geissbühler, geissbuehler.karin@gmail.com
Bahnlegung/ Kontrolle	Gaudenz Steinlin / Simon Räss
Anmeldung	Unter https://entry.picoevents.ch/ bis am 17.08.2026 Oder am Lauftag beim Besammlungsort von 16.30 Uhr bis 18.30 Uhr
ACHTUNG	Im Falle eines Gewitters/ starken Windes wird der Lauf unter- oder sogar abgebrochen. Nebst der Gefahr eines Blitzeinschlages besteht aufgrund der anhaltenden Trockenheit ein hohes Risiko für herunterfallende Äste. Läufer im Wald sollen sich nicht in Gefahrenzonen aufhalten, im Zweifelsfalle auf grosse Wege ausweichen, bei einem Gebäude unterstehen oder den Lauf abbrechen. Erwachsene Läufer werden gebeten, in diesem Fall minderjährige Läufer, die alleine unterwegs sind, zu unterstützen.
WKZ	Offen ab 16:30 Uhr Waldeingang Seite Gümligen https://s.geo.admin.ch/0ee3hkxhi7af Einfache Organisation, es gibt keine Garderoben und/oder Duschen und nur ein Blätterdach bei Regen Es gibt (nur!) 2 Kompotois für dringende Geschäfte, die nicht vor der Anreise erledigt werden konnten. 📺 Es ist immer noch heiss, genügend eigene Getränke mitnehmen! Es gibt keine Auffüll-Gelegenheit vor Ort.
Anreise Velo	Immer empfehlenswert, die Fahrräder können am Waldrand abgestellt werden
Anreise ÖV	Ebenfalls sehr zu empfehlen: • Bus Nr. 40 vom Bahnhof Gümligen bis Haltestelle «Gümligen, Sonnenfeld», danach 550m zu Fuss bis zum Besammlungsort • Tram Nr. 6 ab Bern Zytglogge/ Muri/ Gümligen Bahnhof bis Haltestelle «Gümligen, Siloah», danach 700m zu Fuss
Anreise Auto	Nicht empfohlen, ist erst ab 17 Uhr möglich & die Plätze sind beschränkt! Wir dürfen einen Teil der Parkplätze bei der International School of Berne nutzen. Den Anweisungen des Parkdienstes ist Folge zu leisten! Vom Parkplatz sind es 450m Fussweg bis zum Besammlungsort.
Startgeld	Jahrgang 2005 und älter: CHF 15.- 2006 und jünger: CHF 7.00 Zusatzkarte CHF 2.00; Miete SI-Card: kostenlos

SWISSLOS

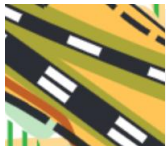
Sportfonds
Kanton Bern

Die Berner Abendläufe werden durch den Sportfonds des Kantons Bern unterstützt.

OL-Nachwuchsmeisterschaft BE/SO

Wenger Fenster-Cup



	Bezahlung vor Ort in bar oder mit Twint
Start	Start ab 16:45 Uhr, letzter Start um 18:45 Uhr Startzeiten werden am Start vergeben (einstehen in Korridor pro Bahn)
Weg zum Start	Circa 500m
Zeitmessung	Elektronisches Zeitmesssystem SI („Sportident“), es wird eine SI-Card („Badge“) benötigt. Diese können vor Ort kostenlos gemietet werden
Ziel	Nähe Besammlungsort, Wasser als Zielgetränk
Zielschluss	20:00 Uhr Alle Läufer*innen müssen ihre SI-Card auslesen, auch bei Laufaufgabe!
Kategorien, Strecken	5 Bahnen: A (schwierig) bis E (kurz, sehr einfach) Die Bahn E ist sehr leicht und auch für absolute Anfänger geeignet. Die Bahn kann frei gewählt werden Der Lauf zählt zur Wertung des Wenger-Fenster-Cups, deshalb werden auch Strecken für die Jugendkategorien angeboten: D/H10, D/H12, D/H14, D/H16, D/H18 A/ H18: 6.3 km, 145m, schwierig B/ D18/ H16: 5.3 km, 90m, schwierig C/ D16: 4.4km 80m, mittel D/ H12/ D12: 3.3km, 45m, einfach-mittel E/ H10/ D10: 1.9km, 20m, einfach H/D 14: 3.8km, 55m, einfach-mittel
Pflichtstrecken, Sperrgebiete	Auf der Postenbeschreibung sind Pflichtstrecken eingetragen und Pflichtübergänge über die Bahngleise. Diese sind zwingend zu befolgen! Die Pflichtstrecken sind im Gelände nicht markiert.  Es ist verboten, Bahngleise zu überqueren! Lebensgefahr! Sperrgebiete sind auf der Karte markiert und dürfen nicht betreten werden!  Aufgrund der Trockenheit sehen Privatgärten nicht mehr eindeutig wie Privatgärten aus. Dennoch: Auf der Karte als «olive» angefärbte Bereiche sind Sperrgebiete und dürfen auch nicht am Rand belaufen werden!

Startprozedere	Vorstart/Start: Orientiert euch dort an der aufgehängten Startuhr, die die Startzeit zeigt. Diese Uhr geht 2 Minuten vor. Eine andere Uhr gibt es nicht. • 2 Minuten vor dem Start, also wenn die Uhr eure Startzeit zeigt (und gleichzeitig ein akustisches Minuten-Signal ertönt): selbstständiges Eintreten in den am Boden markierten Sektor (Rechteck). In diesem Sektor SI-Card bei der Clear-SI-Einheit auf einem Ständerposten löschen und anschliessend bei der Check-SI-Einheit auf einem zweiten Ständerposten den Funktions-Check durchführen – dann ist eure SI-Card bereit. • 1 Minute vor dem Start: (akustisches Signal): selbstständig aus dem Rechteck heraustreten und zur richtigen, am Boden liegenden, angeschriebenen Box mit der Karte eurer Kategorie/Bahn gehen. • Beim nächsten akustischen Signal (jetzt=Startsignal) die richtige Karte behändigen, und NICHT VERGESSEN, am Postenständer mit der Start-SI-Einheit – unmittelbar nach den Karten-Boxen – die Zeitmessung individuell zu starten.
Hinweis Datenschutz	Mit der Teilnahme am OL willigt die teilnehmende Person ein, dass ihr Name, Vorname, Jahrgang, Wohnort und (eventuell) Vereinszugehörigkeit in der offiziellen Rangliste von swiss-orienteeering.ch veröffentlicht wird.
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmenden. Der Organisator lehnt jede Haftung ab
Stand Ausschreibung	12.08.2026